

ESCOLA SUPERIOR DE ENFERMAGEM DO PORTO

“ESEP LUDO-SOCIAL”

ÂMBITO DO PROJETO

29-09-2023

DESCRIÇÃO GERAL

1. Resumo do Projeto

Implementar na ESEP uma pausa designada por “ESEP Ludo-Social”, em hora/dia determinado da semana, da quinzena ou de cada mês, sendo nessa hora/dia feita uma pausa o mais abrangente possível, para que possam ser desenvolvidas e vivenciadas atividades lúdicas, capazes de alavancar o conhecimento mútuo e a promoção da interação social, o desenvolvimento pessoal, académico e profissional, bem como melhorar o bem-estar geral de toda a comunidade escolar.

2. Âmbito do Projeto

O projeto “Pausa ESEP Ludo-Social” visa criar um ambiente inclusivo e enriquecedor para toda a comunidade escolar, através de uma pausa lúdica e social, a ser criada, dinamizada e participada, à mesma hora, por alunos, professores e pessoal técnico, administrativo e operacional, promovendo o desenvolvimento pessoal, a interação social e o fortalecimento dos laços comunitários, por meio de atividades lúdicas e sociais que serão planeadas e desenvolvidas para ir acontecendo em qualquer lugar e onde menos se esperar.

3. Objetivos do Projeto

Promover a Saúde Mental:

- Promover e desenvolver atividades acolhedoras para que as pessoas possam expressar-se, conhecer-se melhor, conviver em conjunto e entreajudar-se.
- Reduzir o stress e melhorar a saúde mental por meio de diversas atividades lúdicas e sociais que poderão ocorrer em diversos espaços da ESEP, incluindo os espaços menos esperados.

Promover a Solidariedade e a Inclusão Social:

Facilitar a inclusão de pessoas e grupos mais vulneráveis, através da participação em atividades lúdicas e sociais que promovam a igualdade e a compreensão mútua.

Promover e Desenvolver Habilidades: Estimular o desenvolvimento de habilidades cognitivas, emocionais e sociais, com vista a facilitar a resolução de problemas e a melhorar a empatia, a cooperação e a comunicação, por meio de atividades lúdicas, jogos e interações sociais.

Fortalecer o Sentido e Sentimento de Comunidade: Fomentar um senso de comunidade e de pertença, promovendo a colaboração entre diferentes pessoas/grupos e gerações, dentro da comunidade escolar.

4. Recursos Necessários

- Determinação do momento de pausa, em dia da semana, quinzena ou mensal;
- Aquisição de um piano, uma guitarra clássica e um baixo, para instalação na ESEP, em espaço mais apropriado, a determinar;
- Aquisição de jogos ludo-sociais;
- Disponibilização de café, chá e bolachas económicas em todas as pausas que venham a ser dinamizadas;

- Eventual contratação de dinamizadores ludo-sociais para determinadas iniciativas, dentro da dotação orçamental

5. Plano de Implementação

A pausa ludo-social poderá ser proposta por qualquer membro ou grupo da comunidade escolar e deverá ocorrer pelo menos uma vez por mês, sob coordenação do Núcleo de Ação Social e Apoio ao Estudante.

6. Exemplo da Escola de Saúde Social de Lyon